



LUSTHUSET

En öppen mötesplats för seniorer
i Boo Folkets Hus vardagar kl. 10-14

ÖPPEN TRÄFFPUNKT

Mötesplatsen Lusthuset i Boo Folkets Hus, är en träffpunkt för ett rikare och friskare liv. Lusthuset är öppet alla vardagar 8/1-19/6, kl 10-14. Adressen är Utövägen 6, 132 30 Saltsjö-Boo.

I Lusthuset kan seniorer utan kostnad t.ex. spela pingis, schack, kort eller dansa. Likväl kan man komma förbi på en kopp kaffe eller en spontan lunch och träffa folk. Beroende på dag så har vi olika aktiviteter så som mogendans, Jazziorernas konserter, berättarcafèer, föreläsningar, qigong, etc. Besökarna ges stor möjlighet att själva påverka verksamheten. PRO, SPF och SeniorNet anordnar en mängd kurser för seniorer.

FRISKVÅRD

Förebyggande träning och friskvård är något som vi alla mår bra av, och Lusthuset skapar förutsättningar för det. Schemalagd friskvård presenteras löpande. Pingis, seniorgympa, yoga, qigong och dans i olika stilar är aktiviteter vi jobbar med kontinuerligt.

AKTIVITETER

Verksamheten erbjuder utöver de dagliga möjligheterna i den öppna träffpunkten, även ett brett utbud av aktiviteter utifrån besökarnas egna önskemål.

De aktiviteter som vi jobbar med är bland annat:

- Boktips
- Dator-/surfplatte-/smartphonekurser
- Pingis
- Canasta
- Fredagsfys
- Linedancekurser
- Yoga
- Pardans till levande musik
- Seniordanskurs
- Måleri
- Sittgympa
- Jazzklubb
- Tiodanskurs
- Föreningsträffar
- Seminarier

ORGANISATION OCH SAMVERKAN

Boo Folkets Hus, Nacka Kommun, SPF seniorer i Boo, PRO i Boo driver tillsammans en öppen mötesplats för seniorer i Boo Folkets Hus lokaler i Orminge. En styrgrupp som bildats med representanter från ovanstående utvecklar kontinuerligt verksamheten utifrån besökarnas önskemål, men det är seniorer som skapar verksamheter för seniorer.

Mer information om verksamheten hittar du på boofolketshus.se/lusthuset

Aktiviteter i schemat där det står SPF, PRO eller SeniorNet kräver medlemskap som enkelt skaffas genom att besöka oss eller genom att klicka på "Medlemskap" under Lusthuset på BooFolketsHus.se.



LUSTHUSET

Kontakt:

Albin Waerndt

08-747 72 07

albin.waerndt@boofolketshus.se

VERKSAMHET HÖSTEN 2024

V. 4 Lusthuset öppet måndag-fredag 10.00-14.00.

Mån	20/1	10.00-12.00	Gilledans & Gammeldans.
Mån	20/1	10.00-12.30	PRO - Akvarellgruppen.
Mån	20/1	13.15-15.00	SPF - Medlemsmöte.
Tis	21/1	10.00-11.00	Sittgympa med Monika.
Tis	21/1	10.00-12.00	PRO - Resegruppen
Tis	21/1	10.00-12.00	Bokcirkel.
Tis	21/1	10.00-13.00	Handarbeten.
Tis	21/1	10.00-14.00	Bridge.
Tis	21/1	11.00-14.00	JazzäBoo. Spisa jazz ihop.
Ons	22/1	9.30-10.15	Senioryoga med Nathalie. Premiär!
Ons	22/1	10.00-14.00	Lusthuspingis.
Ons	22/1	11.00-13.00	Jazziorerna.
Ons	22/1	13.00-14.00	Konversationscirkel i tyska.
Ons	22/1	13.30-16.30	Dagvandrararna.
Tors	23/1	10.00-12.00	SPF - Fotoklubb.
Tors	23/1	10.00-12.00	SPF - Canasta.
Tors	23/1	10.00-14.00	Lusthuspingis.
Tors	23/1	12.00-14.00	Tiodans med Gunilla och Ulf.
Tors	23/1	12.00-14.00	Nacka Värmdö Strokeförening.
Fre	24/1	10.30-12.00	SPF - Bokklubb.
Fre	24/1	13.00-16.30	Dagvandrararna.

V.5 Lusthuset öppet måndag-fredag 10.00-14.00.

Mån	27/1	10.00-12.00	Gilledans & Gammeldans.
Mån	27/1	10.00-13.00	PRO - Akvarellgruppen.
Tis	28/1	10.00-11.00	Sittgympa med Monika.
Tis	28/1	10.00-12.00	Linedance.
Tis	28/1	10.00-13.00	Handarbeten.
Tis	28/1	10.00-14.00	Bridge.
Tis	26/1	13.30-15.00	Lusthuskören.
Ons	29/1	9.30-10.15	Senioryoga med Nathalie.
Ons	29/1	10.00-14.00	Lusthuspingis.
Ons	29/1	11.00-13.00	Jazziorerna.
Ons	29/1	13.00-16.30	Dagvandrararna.
Tors	30/1	10.00-12.00	SPF - Canasta.
Tors	30/1	10.00-12.00	Bokklubb med Monika.
Tors	30/1	10.00-14.00	Lusthuspingis.
Tors	30/1	12.00-14.00	Tiodans med Gunilla och Ulf.
Tors	30/1	13.00-15.00	PRO - Medlemsmöte.
Fre	31/1	13.00-15.00	Fredagsfika med PRO.
Fre	31/1	13.00-15.00	Mogendans med Stickanz! Entré 100kr.
Fre	31/1	13.00-16.30	Dagvandrararna.

Kom gärna med egna idéer på nya spännande aktiviteter!

Mer information hittar du på boofolketshus.se/lusthuset



LUSTHUSET

Kontakt:

Albin Waerndt

08-747 72 07

albin.waerndt@boofolketshus.se